Vilnius, 2021 m. gruodžio 20 d.

**Burnoje tirpstantys kalėdiniai sausainiai: išbandykite sūrių ir saldžių skanėstų receptus**

**Traškūs ir kvapnūs kalėdiniai sausainiai jau daugelį amžių džiugina viso pasaulio gyventojus savo skoniais. O šiandien dažna šeima neįsivaizduoja gražiausių metų švenčių be šių skanėstų kepimo, dekoravimo ir kabinimo ant eglutės. Prekybos tinklas „Lidl“ artėjančių Kalėdų proga ne tik dalijasi sūrių ir saldžių gardėsių receptais, bet ir pasakoja apie įdomybių kupiną jų istoriją.**

Kalėdinių sausainių istoriją verta pradėti pasakoti ne nuo Kalėdų, o nuo kitos šventės – žiemos saulėgrįžos. Tai – jau nuo seno visame pasaulyje minima diena, nuo kurios naktys pradeda trumpėti, o dienos – ilgėti. Žinoma, kaip ir kiekvieną šventę, ją vainikuodavo didžiulė puota, o jos pabaigoje laukdavo įvairūs desertai.

Dėl didelėje Europos dalyje sparčiai plintančios krikščionybės, šią šventę Viduramžiais netruko pakeisti Kalėdos. Ir nors daugelis kalėdinės puotos patiekalų liko panašūs į tuos, kurie buvo valgomi minint žiemos saulėgrįžą, desertų ir kepinių pasaulis neišvengė pokyčių.

**Sausainius valgydavo tik specialiomis progomis**

Būtent Viduramžiais į Europą atkeliavo daugybė skirtingų prieskonių ir ingredientų, asocijuojamų su šiandieniniais kalėdiniais sausainiais – cinamonas, imbieras, migdolai ar juodieji pipirai, džiovinti vaisiai, muskatas ir daugybė kitų. Kadangi šie ingredientai būdavo itin brangūs, traškius gardumynus europiečiai valgydavo retai – tik per pačias svarbiausias šventes.

Tad ilgai netruko, kol dėl savo praktiškumo ir kompaktiškumo, sausainiai paplito po visą žemyną, nes dalintis jais su draugais ar kaimynais daug lengviau nei iškepus pyragą ar tortą. Be to, skanėstai tapdavo puikia dovana ir būdavo tikra kalėdinių mugių pažiba.

Jau XVI a. kalėdiniai sausainiai buvo tapę populiariu kalėdiniu užkandžiu – nuo vokiškų „lebkuchen“ – imbierinių meduolių ar „spritzgebäck“ – sviestinių sausainių iki švediškų „pepparkakor“ – plonų imbierinių sausainių bei dar daugiau.

Be to, tuo pat metu Vokietijoje plačiai paplito ir iš imbierinių sausainių gaminami nameliai, kurių aktualumas išaugo Broliams Grimams parašius klasikinę pasaką „Jonukas ir Grytutė“, kurios metu pagrindiniai veikėjai gūdžiame miške aptinka iš imbierinių sausainių ir kitų skanėstų pagamintą raganos namelį.

Jei laiko plušti virtuvėje su artimaisiais prieš Kalėdas nėra, bet paragauti gardžių sausainių norisi, tokią galimybę suteiks „Lidl“ privataus prekės ženklo „Favorina“ asortimentas. Visose prekybos tinklo parduotuvėse prieš šventes pirkėjai galės įsigyti ne tik įmantriai papuoštų sausainių namelių, bet ir skirtingų formų ir skonių sausainių ar daugybės kitų skanėstų. Na, o mėgstantys gaminti, tikrai ras visas pagalbines priemones tarp „Lidl“ parduotuvėse esančių „Belbake“ serijos produktų.

**Prie sausainių populiarumo prisidėjo ir karalienė**

Įdomu tai, kad didžiosios dalies kalėdinių sausainių skonis yra beveik nepakitęs nuo pat Viduramžių – jiems naudojami tie patys prieskoniai, panašios išliko ir kitos sudedamosios dalys.

Jau prieš kelis šimtus metų gyvenę europiečiai taip pat eksperimentavo ir su šių skanėstų forma. Pavyzdžiui, sakoma, kad būtent Britų imperijos karalienė Elžbieta I-oji išpopuliarino imbierinių „žmogeliukų“ formos sausainius, kuriuos ji dovanodavo įvairiems Jos Didenybės svečiams, diplomatams.

**Grinčo įkvėpti saldūs sausainiai**

*Jums reikės:*2 puodelių miltų, šaukštelio kepimo miltelių, pusės šaukštelio druskos, 125 g kambario temperatūros sviesto, 1 šaukšto cukraus, 1 didelio kiaušinio, „Belbake“ žalių maistinių dažų, „Belbake“ pabarstukų papuošimui.

*Paruošimo būdas:*dideliame dubenyje sumaišykite miltus, kepimo miltelius ir druską. Kitame dubenyje iki kreminės masės išsukite sviestą ir cukrų. Tuomet įmuškite kiaušinį, sudėkite vanilę ir išplakite iki vientisos masės. Sudėkite miltus ir kepimo miltelius ir maišykite, kol viskas taps vientisa mase. Įmaišykite žalių maistinių dažų.

Tuomet maždaug 5 cm atstumu (nes tešla iškils) į kepimo popieriumi išklotą skardą dėkite po du šaukštus tešlos. Kepkite iki 180 laipsnių įkaitintoje orkaitėje apie 12-14 min. Leiskite atvėsti ant kepimo skardų. Papuoškite sausainius norimais pagardais ir pabarstukais. Skanaus!

**Trapūs sausainiai su sūriu**

*Jums reikės:*190 g miltų, 100 g sviesto, 1 kiaušinio, 100 g parmezano sūrio, druskos ir kmynų.

*Paruošimo būdas:*kambario temperatūros sviestą sumaišykite su smulkiai tarkuotu sūriu, tuomet įmuškite kiaušinį. Išmaišykite visą masę bei po truputį pilkite miltus. Į tešlą įmaišykite kmynus. Iš tešlos suformuokite du pailgus ritinėlius bei dėkite į šaldytuvą maždaug kelioms valandoms (rekomenduojama palaikyti per naktį).

Supjaustykite apie 1 cm storio griežinėliais, išdėliokite kepimo popieriumi išklotoje skardoje, apibarstykite druska ir kepkite iki 200 laipsnių įkaitintoje orkaitėje 10-12 min. Sausainiams iškepus, palikite juos atvėsti ir tik tuomet perkelkite į lėkštę. Skanaus!

**Daugiau informacijos:**  
Dovilė Ibianskaitė

Korporatyvinių reikalų ir komunikacijos departamentas

UAB „Lidl Lietuva“

Tel. +370 66 560 568

[dovile.ibianskaite@lidl.lt](mailto:dovile.ibianskaite@lidl.lt)